



STAGIONE 2026-27 PISCINA DE SANTICS

IL NUOTO DA 0 A 99

per le iscrizioni ai
corsi ci trovi in via Gattalupa

DAL LUNEDI AL VENERDI
16.00 - 19.00

Per maggiori info contattare:
piscina.gattalupa@nuova sportiva.it
352 037 7681



ORARIO	LUN	MART	MERC	GIOV	VEN	SAB
9.00-9.50		ATTIVITÀ AL FEMMINILE		RIATTIVAZIONE MOTORIA		ACQUAMICA 0-3 ANNI
9.50-10.40						ACQUAMICA 0-3 ANNI
10.40-11.30						SCUOLA NUOTO BAMBINI
11.30-12.20	RIATTIVAZIONE MOTORIA	ACQUAMICA 0-3 ANNI	RIATTIVAZIONE MOTORIA	RIATTIVAZIONE MOTORIA	RIATTIVAZIONE MOTORIA	SCUOLA NUOTO BAMBINI
12.20-13.10		NUOTO IN GRAVIDANZA	ACQUA GYM	RIATTIVAZIONE MOTORIA	ACQUA GYM	
13.10-14.00		NUOTO IN GRAVIDANZA				
14.00-14.50						
14.50-15.40						SCUOLA NUOTO BAMBINI
15.40-16.30			ACQUAMICA 0-3 ANNI			
16.30-17.20	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	
17.20-18.10	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	
18.10-19.00	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	SCUOLA NUOTO BAMBINI	
	AQUAGOL			ACQUAMICA 0-3 ANNI	NUOTO ARTISTICO	
19.00-19.50	RIATTIVAZIONE MOTORIA	ACQUA GYM	RIATTIVAZIONE MOTORIA	ACQUA GYM		
19.50-20.40	RIATTIVAZIONE MOTORIA		RIATTIVAZIONE MOTORIA			

ACQUAMICA (0-3 ANNI)

Il corso perfetto per avvicinarsi all'acqua, vincere la paura, imparare nuotare e divertirsi in totale sicurezza con i nostri istruttori esperti e certificati.

SCUOLA NUOTO BAMBINI

Un percorso speciale dedicato ai piccolissimi della famiglia per scoprire l'acqua in armonia, gioco e relax insieme a mamma e papà in totale sintonia.

NUOTO ARTISTICO

Unisci la grazia della danza alla forza dell'acqua! Corso propedeutico per muovere i primi passi tra sport, musica e coreografia. Si impara tecnica remate (sculling), capovolte, apnea e figure.

AQUAGOL

Il mix perfetto tra gioco e sport! I bambini (6-11 anni) imparano le tecniche del nuoto divertendosi con la palla in sicurezza dove l'acqua è bassa. Sviluppa collaborazione, rispetto e agilità.

ACQUAGYM

Per allenarsi a ritmo di musica, tonificare il corpo, stare bene e ritrovare energia direttamente in piscina! Divertente, allenante e a basso impatto articolare.

NUOTO IN GRAVIDANZA

Attività dolce e specifica in acqua calda, studiata appositamente per accompagnare e coccolare il corpo delle future mamme durante la dolce attesa, regalando sollievo e benessere.

RIATTIVAZIONE MOTORIA

La rieducazione funzionale in acqua rappresenta un validissimo supporto alla fisioterapia per favorire il recupero motorio e il benessere psicofisico. Indicata per protesi, fratture, lesioni crociate, cuffia dei rotatori e artrosi.

NUOTO LIBERO ASSISTITO

.....